

**KENNENLERN  
ANGEBOT  
4 WORKOUTS  
FR. 75.-**

# **NOVEMBER-KICK BASEL-CITY**



**KICK+FLOW**  
training.coaching

**MONTAGS 17:45**

4 TRAININGS À 60MIN  
FÜR KÖRPER & GEIST  
1 TRAINING PRO WOCHE  
TRAINERIN: SLADANA D.  
CHF 75.-

**LIMITIERTE TEILNEHMERZAHLT  
ANMELDUNG ERFORDERLICH**

**BIS AM 21.10.20**

**ORT: STEINENVORSTADT  
COWORKING NIKE STORE**

**START 2. NOVEMBER 2020  
ENDE 23. NOVEMBER 2020**

## **WAS IST KICK + FLOW**

- FOKUSSIERE DICH UND BRINGE DEINE ENERGIE MIT ATEMÜBUNGEN IN DEN FLOW.
- POWERE DICH AUS MIT BODYWEIGHT & KAMPFSPIRITINSPIRIERTEN ÜBUNGEN.
- MIT DER SCHLUSSMEDITATION SCHLIESST DU AUSGEGLICHEN UND ZENTRIERT AB.